

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga adalah aktivitas umum yang sering dilakukan sehari-hari untuk melatih tubuh seseorang. Aktivitas fisik ini bahkan kerap kali dikaitkan dengan kesehatan. Tak hanya berguna untuk kesehatan fisik, olahraga juga disebut dapat meningkatkan kualitas hidup seseorang secara keseluruhan. Olahraga dapat dilakukan dengan berbagai tujuan diantaranya meningkatkan kesehatan, membentuk tubuh, menurunkan berat badan dan mencapai prestasi, namun disisi lain masyarakat juga berolahraga untuk sekedar hobi atau sekedar mengisi waktu luang.

Meningkatnya minat masyarakat terhadap bidang olahraga memberikan dampak baik pada bidang tersebut. Dimana saat ini dapat kita lihat terdapat banyak fasilitas-fasilitas olahraga yang mulai ramai dikunjungi. Tidak hanya mengunjungi fasilitas umum yang tidak berbayar, minat masyarakat terhadap olahraga juga memunculkan layanan/klub-klub olahraga yang berbayar diantaranya klub futsal, klub bulu tangkis, klub basket, tempat gym, dan lainnya. Munculnya fasilitas-fasilitas tersebut semakin mendukung masyarakat untuk dapat melakukan olahraga secara rutin dan terlatih. Bahkan tidak jarang hal tersebut juga memberikan dampak baik lainnya berupa ikut dalam pelombaan atau turnamen dengan klub lain.

Salah satu olahraga yang digemari oleh masyarakat saat ini ialah futsal. Olahraga tersebut bukan hanya digemari oleh pemuda, namun juga dari berbagai kalangan diantaranya anak-anak, remaja, hingga orang dewasa baik perempuan maupun laki-laki. Kini futsal sudah menjelma menjadi olahraga yang diminati masyarakat karena memiliki daya tarik tersendiri. Bahkan banyak masyarakat yang melakukan kegiatan futsal sebagai rekreasi mereka dan menganggap olahraga futsal sebagai ajang berkumpul.

Disamping itu olahraga Futsal merupakan salah satu permainan yang membutuhkan tenaga dan fisik yang kuat, dikarenakan pemain diharuskan untuk berlari selama permainan berlangsung untuk dapat menciptakan peluang kemenangan. Oleh karena itu permainan ini tidak terhindar dari adanya resiko cedera. Intensitas berlari yang cukup tinggi, kemungkinan terjadinya benturan antar pemain atau terjatuh dan terkilir saat sedang berlari sering kali dialami oleh atlet futsal. Cedera akibat bermain futsal memiliki kecenderungan cukup tinggi diperkirakan sebanyak 235 kasus dari 1000 permainan mengakibatkan pada pemain futsal (Dedi Sumadi, 2018)

Menurut Graha dan Priyonoadi (2008) Cedera adalah kelainan yang terjadi pada tubuh yang mengakibatkan timbulnya nyeri, panas, merah, bengkak, dan tidak dapat berfungsi baik pada otot, tendon, ligamen, persendian, maupun tulang akibat aktivitas gerak yang berlebihan atau kecelakaan. Cedera pada atlet adalah hal yang seringkali terjadi, baik cedera ringan maupun berat. Oleh karena itu cedera dalam olahraga tidak dapat dianggap biasa, atlet atau masyarakat awam yang gemar melakukan olahraga futsal harus mengetahui bagaimana sebaran cedera yang biasa

terjadi pada tubuh seorang atlet dan apa saja faktornya. Hal tersebut dilakukan agar para atlet dapat melakukan pencegahan untuk menghindari atau meminimalisir kemungkinan terjadinya cedera dalam permainan Futsal.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, dapat disusun identifikasi masalah yang terjadi pada cedera dalam permainan futsal :

1. Bagaimana penyebaran cedera yang dialami oleh atlet futsal?
2. Apa saja faktor-faktor penyebab terjadinya cedera?
3. Bagaimana cara pencegahan dari cedera saat bermain futsal?

C. Pembatasan Masalah

Dari identifikasi masalah yang telah diuraikan dalam penelitian ini, peneliti membatasi masalah yang akan diteliti yaitu : “Survei Penyebaran Cedera Pada Atlet Akademi Futsal Anymus”.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan batasan masalah maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut,

“Cedera apa saja yang sering dialami oleh atlet Akademi Futsal Anymus”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang akan dicapai dari penelitian ini, yaitu untuk mengetahui penyebaran cedera yang dialami oleh atlet futsal, bagaimana faktor penyebabnya dan pencegahan yang dapat dilakukan untuk menghindari terjadinya cedera.

F. Kegunaan Penelitian

Adapun hasil dari penelitian ini dapat memberikan sumbangan manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis. Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi ilmiah bagi para mahasiswa, peneliti, pelatih futsal mengenai cedera olahraga khususnya pada olahraga futsal.

2. Secara Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan saran dan informasi kepada pembaca, khususnya atlet/ masyarakat yang gemar terhadap olahraga futsal agar dapat melakukan pencegahan untuk menghindari cedera dalam bermain.